



WHO'S AWESOME?

You're awesome!

ΤΑ ΦΡΕΣΚΑ

ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ ΤΟΥ 11^{ΟΥ}
ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

Πόσο σημαντικά είναι τα κατοικίδια στη ζωή των παιδιών;*

με Αφορμή την 4^η Οκτωβρίου Π. Ημέρα Ζώων

T. 163 06-10-2017

Όλοι μας έχουμε δει μικρά παιδιά να τρέχουν να πιάσουν περισσότερα σε μία πλατεία, να αγκαλιάζουν ένα σκυλάκι, να κρατούν σφιχτά ένα γατάκι, να παρατηρούν μία χελώνα σε ένα πάρκο. Τα παιδιά αγαπούν ιδιαίτερα τα ζώα και παρότι έχουν εντελώς διαφορετικές γλώσσες, μεταξύ τους επικοινωνούν θαυμάσια. Ένα ζώάκι είναι ένας εξαιρετικά υπομονετικός ακροατής, ένας συμπαίκτης με ιδιαίτερα ευχάριστα γνωρίσματα: δεν κρίνει, δεν διακόπτει, δεν παρεμβαίνει σε καμία ιστορία που ένα παιδί του αφηγείται, δείχνει πάντα κατανόηση σε κακούς βαθμούς, σε μία στεναχώρια, σε μία δύσκολη στιγμή του παιδιού. Το προστατεύει, το συντροφεύει και συμμαχεί σιωπηλά με αυτό. Είναι ένας σπουδαίος σύμμαχος στην ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης του παιδιού, που δεν θα το προδώσει ποτέ!

Τα κίνητρα των παιδιών για την απόκτηση ενός κατοικίδιου είναι η συντροφιά στην καθημερινότητα και το παιχνίδι. Η συντροφιά του, θα οδηγήσει το παιδί σε σπουδαίες ανακαλύψεις και συνειδητοποιήσεις, ενώ η συμβίωση μαζί του θα το ωφελήσει, σε κοινωνικό και συναισθηματικό επίπεδο.

Η επιστήμη έχει εμπειροστατωμένα εξετάσει τα πολλαπλά οφέλη των κατοικίδιων στην υγεία, την ψυχική ανάπτυξη και την ευεξία των παιδιών. Οι μελέτες δείχνουν ότι τα ζώα μπορούν να λειτουργήσουν ως προστασία από στρεσογόνους παράγοντες, μετριάζοντας το αίσθημα της δυσφορίας που προκαλούν οι αγχωτικές εμπειρίες, μειώνοντας την αίσθηση του σωματικού και συναισθηματικού πόνου, ενώ η κατοχή ενός σκύλου, ειδικότερα, μπορεί να προάγει έναν πιο υγιεινό και περισσότερο δραστήριο τρόπο ζωής.

Κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη

Τα κατοικίδια παρέχουν στα παιδιά συναισθηματική υποστήριξη και ένα αίσθημα ασφάλειας. Σε σχετική μελέτη βρέθηκε ότι νήπια και βρέφη που μεγαλώνουν με ένα ζώο συντροφιάς, τείνουν να μην πιπιλούν τον αντίχειρά τους (κλασικό παράδειγμα συναισθηματικής ανασφάλειας), καθώς τρέφουν γνωστικά τον εγκέφαλο τους από την επικοινωνία με το ζώάκι που υπάρχει στο σπίτι, όταν οι γονείς είναι απασχολημένοι.

Το κατοικίδιο μπορεί να ενδυναμώνει ουσιαστικά την κοινωνικότητα ακόμα και των πιο «δειλών» μικρών παιδιών. Μέσα στο σπίτι, το κατοικίδιο δεν συμμορφώνει το παιδί, αλλά το αποδέχεται και το αγαπά, με αποτέλεσμα το παιδί να θεμελιώνει καλύτερη εικόνα του εαυτού του. Έξω από το σπίτι, ένα παιδάκι που κάνει βόλτα με το κατοικίδιο του, γίνεται εύκολα πόλος έλξης από άλλα παιδιά που θα πλησιάσουν να το χαϊδέψουν ή να παίξουν μαζί του, ενδυναμώνοντας την κοινωνική εικόνα και αυτοεκτίμηση του παιδιού.

Η φροντίδα των σωματικών αναγκών του κατοικίδιου από το παιδί, με υποχρεώσεις που ταιριάζουν στην ηλικία του (π.χ. να γεμίζει το μπολ του κατοικίδιου με νερό, να το χτενίζει, να το κάνει μπάνιο ή να το πηγαίνει βόλτα με επιτήρηση), ενισχύει την κοινωνική ευθύνη αλλά και την αυτοεκτίμηση από την ικανοποίηση που παίρνει ως φροντιστής του κατοικίδιου του, με αποτέλεσμα να μεγαλώνει με τις αξίες της υπευθυνότητας και της εμπιστοσύνης από την επιτυχή ανάληψη ευθυνών και αρμοδιοτήτων, αναλόγων της ηλικίας του.

Εκτός από τις σωματικές ανάγκες του ζώου, τα παιδιά μαθαίνουν να φροντίζουν και τις συναισθηματικές ανάγκες του μικρού τους φίλου (π.χ. όταν είναι κουρασμένο και δεν θέλει να παίξει ή ακόμα όταν φοβάται στην επίσκεψη στον κτηνίατρο). Με τον τρόπο αυτό διδάσκονται για τα συναισθήματα των άλλων και τα για δικά τους, μέσα από την αλληλεπίδραση. Ένα βασικό χαρακτηριστικό της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι η «ενσυναίσθηση», η ικανότητα δηλαδή ενός προσώπου να αντιλαμβάνεται και να κατανοεί τα συναισθήματα του άλλου. Η ενσυναίσθηση βοηθά το παιδί στην αυτορρύθμιση και την οριοθέτηση της συμπεριφοράς του αναγνωρίζοντας και σεβόμενο τις ανάγκες του άλλου. Με τη βοήθεια των γονέων, ένα κατοικίδιο μπορεί να προσφέρει μια εξαιρετική ευκαιρία για την ανάπτυξη της έννοιας της «ενσυναίσθησης».

Τα ευρήματα αναπτυξιακών ερευνών καταδεικνύουν ότι η ποιότητα της σχέσης που υπάρχει ανάμεσα σε παιδιά και τα κατοικίδια τους, τα βοηθά να βιώσουν μεγαλύτερο δέσιμο σε όλη την γκάμα των σχέσεών τους, ως ενήλικες. Από άλλη έρευνα προέκυψε πως νεαροί ενήλικες που είχαν κατοικίδιο ως παιδιά, ενδιαφερόταν και συμμετείχαν περισσότερο στα κοινά, με τη μορφή προσφοράς εθελοντικών υπηρεσιών στις κοινότητες τους, βοηθούσαν περισσότερο φίλους και συγγενείς και ανέπτυσαν ηγετικές συμπεριφορές, συγκριτικά με όσους δεν είχαν αναλάβει τη φροντίδα κάποιου κατοικίδιου.

Όσο πιο ενεργή ήταν μάλιστα, η συμμετοχή τους ως παιδιά στη φροντίδα ενός ζώου, τόσο εντονότερη ήταν και η αλληλεπίδρασή τους με άλλα μέλη του κοινωνικού συνόλου.

Γνωστική ανάπτυξη

Τα παιδιά μαθαίνουν να παρατηρούν, να αντιλαμβάνονται και να ανταποκρίνονται κατάλληλα στη μη λεκτική συμπεριφορά των κατοικίδιων ζώων, ενισχύοντας την επικοινωνία τους σε όλες τις μελλοντικές διαπροσωπικές τους σχέσεις. Σύμφωνα με πολλές ψυχολογικές θεωρίες, η βιωματική μέθοδος γνώσης, (εμπειρική γνώση), ενισχύει ουσιαστικά το πρόσωπο στο να αντιστετώσει τη ζωή περισσότερο ρεαλιστικά και να αντεπεξέλθει σε τυχόν δυσκολίες και απώλειες στον κύκλο της δικής του ζωής.

Μέσω της παρατήρησης, θα κατανοήσει τις αναλογίες της ανθρώπινης ζωής και της ζωής των ζώων αποκτώντας μια καλύτερη επαφή με τη δική του φύση και τις υπαρξιακές της διαστάσεις, θα ενδιαφερθεί για τον φυσικό κύκλο ζωής και να θελήσει να αναζητήσει περισσότερες πληροφορίες γύρω από θέματα της αναπαραγωγής, της γέννησης, της ασθένειας, του θανάτου.

Η επαφή, επίσης, με το παιδί σε καθημερινές δραστηριότητες όπως το παιχνίδι, ενισχύει τις εγκεφαλικές συνάψεις που συνδέουν τη γνώση με το συναισθήμα. Για παράδειγμα, η κατασκευή ενός σπιτιού για το ζώάκι ή το παιχνίδι μαζί του, βάζει σε διαδικασία το παιδί να χρησιμοποιήσει συγχρόνως τη φαντασία και την επινοητικότητα του, επιτυγχάνοντας ένα σκοπό. Η γνωστική διαδικασία με τη μορφή εκτιμήσεων, σκέψεων και δράσεων, παίζουν σημαντικό ρόλο στον καθορισμό και πρόκληση των συναισθημάτων.

Συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε ότι η συμβίωση με ένα κατοικίδιο ζώο βοηθά ένα παιδί να καλλιεργήσει τις αξίες της οικολογικής συνειδησίας, της ηθικής ευθύνης του αλτρουισμού, της κοινωνικής αξίας, της ενσυναίσθησης. Σε αυτή την προσπάθεια, οι γονείς έχουν έναν ενεργό και πολύ σημαντικό ρόλο, καθώς η επιλογή του ζώου, η επιτήρηση της διάδρασης μαζί του, οι συνθήκες διαμονής και διαβίωσής του, η συμφωνία στη συμμετοχή των παιδιών στην καθημερινή φροντίδα του ζώου είναι παράγοντες που πρέπει να ληφθούν υπ' όψιν, πριν την απόφαση για την απόκτηση ενός ζώου συντροφιάς στο σπίτι.

Θέματα που χρήζουν Προσοχής

* Σε περίπτωση που υπάρχουν προβλήματα συμπεριφοράς, από το κατοικίδιο σας συνιστούμε τη συζήτηση και τη συνεργασία με έναν καλό εκπαιδευτή, ο οποίος θα μπορέσει να εξηγήσει τι προκαλεί τη δύσκολη συμπεριφορά του ζώου και να προτείνει λύσεις, για πως μπορείτε να χειριστείτε τη συμπεριφορά και να καλύψτε τις ανάγκες του κατοικίδιου. Πολύ συχνά, η έλλειψη βόλτας, ο περιορισμός του κατοικίδιου σε μικρούς χώρους μακριά από την οικογένεια, στρεσάρουν τα κατοικίδια και δημιουργούν αλλαγές στη συμπεριφορά. Ας θυμόμαστε, ότι το κατοικίδιο είναι ένα ακόμη μέλος της οικογένειάς μας που του αξίζει η φροντίδα κι ο σεβασμός, ώστε να μας αντιμετωπίζει κι αυτό με τον ίδιο τρόπο.

* Σε περίπτωση που υπάρχουν προβλήματα συμπεριφοράς, από τα παιδιά προς τα ζώα, συνιστούμε τη συζήτηση και τη συνεργασία με έναν παιδοψυχολόγο. Η παιδική βία απέναντι στα ζώα ενδέχεται να προμηνύει ενήλικη επιθετικότητα και εγκληματικότητα. Η παιδική εγκληματικότητα κατά των ζώων αποτελεί πιθανό δείκτη του πως θα εξελιχθεί το παιδί αργότερα ως ενήλικας. Μαθαίνοντας από νωρίς στο παιδί το σεβασμό και την αγάπη προς τα ζώα, του προσφέρουμε ένα πολύτιμο εφόδιο για έναν κοινωνικά αποδεκτό και σωστό τρόπο συμπεριφοράς ενάντια στην έννοια της βίας.

Ο ΣΚΥΛΟΣ ΜΑΣ ΑΓΑΠΑΕΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ !!! **

Το σώμα μας απελευθερώνει την ορμόνη ωκυτοκίνη (γνωστή ως «ορμόνη της αγάπης») σε υψηλές συγκεντρώσεις στη διάρκεια διαφόρων θετικών εμπειριών, όπως για παράδειγμα όταν ερωτευόμαστε, όταν βιώνουμε οργασμό, στη διάρκεια του τοκετού και στο θηλασμό.

Πειράματα, όμως, που πραγματοποίησε ο καθηγητής από το Πανεπιστήμιο Claremont Graduate στην Καλιφόρνια, Paul Zak, έδειξε ότι και τα εξημερωμένα ζώα (π.χ. οι σκύλοι) αγαπούν πραγματικά τους ιδιοκτήτες τους. Όπως αφηγεί ο καθηγητής, τα κατοικίδια παρουσιάζουν εντυπωσιακά υψηλά επίπεδα ωκυτοκίνης στο σώμα τους, φτάνοντας σε επίπεδα παρόμοια με τους ανθρώπους.

Εντύπωση, προκαλούν δύο ακόμα ευρήματα. Πρώτων, διαφορετικά ζώα προκαλούν διαφορετικές αντιδράσεις, με τους σκύλους να βρίσκονται στην κορυφή της λίστας, καθώς πάντα θα αγαπούν τους ιδιοκτήτες τους. Δεύτερον, κάποιοι άνθρωποι απλώς δεν αγαπούν τα ζώα, γεγονός που φαίνεται από τη μικρή αύξηση της ορμόνης στο αίμα τους.

Πηγές: ομώνυμα άρθρα των Χ. Μανουσάκη & Μ. Παπαδοδημητράκη στο VITA * <http://www.vita.gr/pet-lovers/article/31531/poso-shmantika-einai-ta-katoikidia-sthn-zwh-twn-paidiwn/>

** <http://www.vita.gr/pet-lovers/article/31579/o-skylos-mas-agapaei-pragmatika/#reflag-reflagtop>

(ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ Κυριάκος Περγανός ΤΕ).

Αφιερώνεται στη Ζωή που μας θύμισε τη Μέρα και στον Ιάσονα!